

# 長照社工的感動與滿足

東明社工 / 高山青



我

叫高山青，於民國 111 年畢業後就踏入了長照社工的領域，身為一名長照社工，我認為這是一份充滿挑戰性的工作，但同時也是一份非常有意義和值得的工作。透過我的工作，我有機會與住民建立親密且友好的關係，了解他們的生活經驗和需求，並幫助他們解決問題，提升他們的生活品質。機構內的長輩們就像我的朋友們一樣，有時長輩會和我分享過去的人生經歷，有時會告訴我能不能協助或是幫忙一些生活上的問題，還需要讓家屬了解長輩在機構內的狀況。在過程中除了學習到長輩們一路過來的人生經驗外，也能了解在照顧長者時，應該要注意的細節、家屬會在乎的點等。

在我的工作中，最重要的是要建立起信任關係，許多老年人都有過往的生活經驗和價值觀念，我們需要耐心地聆聽他們的故事和想法，在合理的範圍內尊重他們的意見和決定。同時，我們也需要不斷學習和成長，將所學與長輩們的需求融會貫通，以應對老年人日益多樣化的需求和挑戰。有些失智、身體功能退化的長輩，在和他們應對時需要有更多的耐心與溝通，慢慢聆聽長輩們的需要、訴求及問題，結合自身專業給予他們幫助、安全感、正向支持，社工的多一點關心與注意換來的是長輩們的安全及對機構的信任。

除了與老年人建立關係外，我們也需要與其他相關單位和專業人員合作，例如醫護人員、政府機關、社區志工和家庭成員等。社工需要開發、媒合相關資源，透過合作，讓機構可以提供更全面的支持和服務，以滿足住民的不同需求，在疫情的影響下想要讓資源進入機構也大大的增加了難度，該如何結合科技運用於住民減少接觸外界的頻率時就成了一門重要的課題。

身為一名長照社工，面對長輩生老病死的議題也是不容忽視的，每一位長輩的離開對家屬或是對機構都是不捨的，社工除了要扮演安撫家屬、連接相關資源的角色外，也要會試著調適自己及協助機構內工作人員的心情，在長輩狀況惡化或是有突發狀況時，不論是護理師、社工或是家屬都是提心吊膽的，長者在瀕死階段，需要溫馨、舒適與陪伴，社工透過連結安寧團隊，並協助案主、家屬與機構間的溝通，盡所能讓長輩有良好的臨終照顧環境，並由家屬陪伴、關懷，才能達到長者善終、生死兩相安！

最後，我認為長照社工的工作是一份充滿感動和滿足的工作。當我們看到老年人因我們的協助、照顧而改善了生活或是有了新的生活方式，因我們的陪伴、照料而感到溫暖和安心時，先前所付出的辛勞都不算甚麼，這種成就感是無法用言語表達的。因此，我感到非常榮幸能夠成為一名長照社工，並希望我可以繼續在長照領域提供更好的支持和服務。🌱

# 照服樂趣多

照服員 / 王聖方



著人口老化速度與日俱增，長期照顧服務的需求也隨之提高，愛愛院所提供的照顧服務也隨著社會的需求與時俱進。本人於 2017 年 7 月踏入愛愛院從事照顧服務工作至今，愛愛院拓展了與政府的合作設立位於南港的【臺北市東明住宿長照機構】、增設愛愛院日間照顧服務【愛力勇學堂】。而期間我也非常榮幸的自臺北市東明住宿長照機構設立以來，被委以重任調派前往服務。在這麼多個日子裡，照顧服務員是長輩住在機構中最親近也最信賴的人，雖說面對於第一線的照顧壓力是有的，但更多的是與長輩相處互動所帶來的歡樂，更是能將自身學的經驗運用到與長輩的應對相處當中。接下來與大家分享一些，我從事照顧服務員至今遇到有趣的小故事。

## 故事一【自己的宵夜自己買】

在機構中的團體生活，難免會遇到有長輩對於居住環境不適應、飲食不習慣等適應問題。營養師會針對長輩的生理狀況設計每日菜單，一周有一次的「快樂餐」能讓長輩有二選一自行選擇想吃的食物。雖然菜色豐富多變化，不過偶而卻還是會想來點不一樣的～

## 故事二【原來運動也是需要練習的】

在機構的生活當中，會由物理治療師、社工來提供長輩一些上、下肢運動的活動刺激，部分的長輩在引導之下能夠跟上活動的節奏一起運動，但仍有少部分的長輩會因為許多因素而放不開手腳，比方說精神不濟、不知道如何開始運動、害羞、缺乏信心等等…每當見到長輩無法投入到活動中，我會適時的引導以及陪伴長輩一起活動，從中也需要不斷的鼓勵以及肯定進而增加長輩的信心以及提高參與的意願。

某次在物理治療師帶領的彈力帶活動中，因為長輩無法協調以及維持彈力帶的固定，導致長輩表示跟不上節奏、不想繼續活動了…因此我接過長輩手中彈力帶，表示自己想要參與這項運動並請兩位老寶貝協助，經過多次的嘗試之後配合度越佳、長輩也越投入越開心。從原本的不適應、受挫的心理，到後來能夠「幫助」工作人員運動，心境的轉變也改變了長輩一整天的心情。從許多的小動作、小細節中，能夠多花一點時間去引導長輩，能夠得到的回饋也是相對的～🌱